

医療最前線

食中毒にこころを①



管理栄養士 藤原 紫織

士から、代表的な食中毒についてお伝えします。

■食中毒の件数と原因

食中毒の原因はさまざま、ウイルス、細菌、動物性自然毒、植物性自然毒、化学物質、寄生虫など多岐にわたります。食中毒の原因によって、その症状や発症するまでの時間もさまざまです。今回は、入院患者の食事に関する管理栄養士から、代表も多いいはノロウイルスの4733人、次に病原大腸菌(細菌)の2258名、続いてウエルシュ菌(細菌)の1916名となつています。

■アニサキスによる食中毒について

アニサキスとは寄生虫(線虫)の一種です。長さ2~3cmほどの白く太い糸状をしています(写真)。サバ、サケ、アジ、サンマ、イカ、カツオなどの魚介類に寄生し、内臓漿膜(内臓器官の表面を覆う薄い膜)で静止しています。魚が死ぬと鮮度が落ちてくるといいますが、魚が死んでから筋肉に移動し、内臓から筋肉に移ることもあります。

キスの幼虫が胃壁や腸壁に入り込み、食中毒を引き起こします。通常、体内に1匹入っただけでも発症し、多くの場合、食後2~8時間で激しい腹痛などの症状が現れます。アニサキスに対する効果的な治療薬はありません。治療法としては、胃アニサキス症では胃内視鏡(胃カメラ)検査時に胃粘膜に穿入する虫体を摘出し、腸アニサキス症では対症療法を行い、場合によっては外科的処置が施されます。中心部まで冷凍しましょう。マイナス20℃以下で24時間以上冷凍することでアニサキスは死滅します。④加熱する 中心部まで十分に加熱しましょう。70℃以上もしくは60℃で1分以上加熱することで死滅します。※一般的な料理で使う食酢での処理、塩漬け、しょうゆやわさびをつけてもアニサキスは死滅しないので、注意が必要です。

■予防方法について

①鮮度の徹底

新鮮な魚を選びましょう。内臓は生で食べずに、速やかに取り除きましょう。

②目視確認

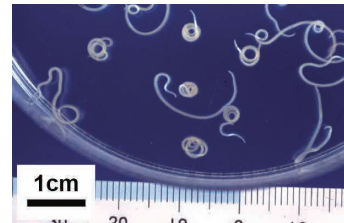
調理をする前、食べる前に目視で確認し、アニサキスを取り除きましょう。

【表1】病因物質別の食中毒発生状況(令和3年)

Table with 4 columns: 病因物質, 事件数, 患者数, 死者数. Rows include 総数, 細菌 (細菌の合計, サルモネラ属菌, ぶどう球菌, ボツリヌス菌, 腸管出血性大腸菌 (VT産生), その他の病原大腸菌, ウエルシュ菌, セレウス菌, カンピロバクター・ジェジュニ/コリ), ウイルス (ウイルスの合計, ノロウイルス), 寄生虫 (寄生虫の合計, クドア, アニサキス), 化学物質, 自然毒 (自然毒の合計, 植物性自然毒, 動物性自然毒), その他, 不明.

「令和3年食中毒発生状況」(厚生労働省)を加工して作成

【写真】アニサキスの幼虫



出典：国立感染症研究所

【表2】アニサキス症の症状

Table with 2 columns: 症名, 症状. Rows include 胃アニサキス症 (数時間後から十数時間後に、激しい腹痛、吐き気、嘔吐を呈する), 腸アニサキス症 (十数時間後以降に、激しい下腹部痛、腹膜炎症状などを発症する), 消化管外アニサキス症 (まれに腸間膜や腹壁皮下などに移行し、肉芽腫を形成する。虫体寄生部位に応じた症状が現れる).

〈梶川病院(広島市西区天満町)管理栄養士 藤原紫織〉